

Bericht des AK Frauen und Sucht im FAS NRW über das Wochenendseminar zum Thema „Angst“.

Frauen aus verschiedenen Verbänden wie Freundeskreis, ALOS, BKE, NA, Guttempler, SHG Wuppertal, Frauenbund alkoholfreie Kultur und Kreuzbund hatten sich dazu angemeldet.

Das Thema Angst begleitet unser Leben. Entscheidungen, Gewohntes los zu lassen, Umbrüche und Schnittstellen fördern unsere Ängste. Auch in der Suchtselbsthilfe spiegeln sich diese Entscheidungen wieder.

So waren die Wünsche und Vorstellungen der Frauen sehr unterschiedlich. Unsere Referentin Ina Rath hat auf eine sehr einfühlsame Weise verstanden, auf diese einzugehen, sich mit den Ängsten auseinander zu setzen und auch als positives Erleben darzustellen.

Sich seinen Ängsten zu stellen bedeutet intensiv an sich zu arbeiten, umzudenken, neu zu orientieren und so den Weg für Neues zu schaffen.

Es war ein sehr nahes, emotionales Seminar das einen Blick in unsere Seelen, unser Erlebtes und tief vergrabene Kindheitserlebnisse erlaubte.

Unser aller Dank geht an Ina Rath, die uns bei jedem Thema sensibel und wohlbehalten durch dieses Wochenende gesteuert hat.

Auch an alle Frauen die dieses Wochenende besucht und mit ihrer Offenheit zu etwas ganz Speziellem gemacht haben.

Gabi Schuffenhauer Hempel und ich sind froh, uns für diese Thema entschieden zu haben und hoffen auch in Zukunft das Niveau unserer Seminare in gleichem Maße halten zu können.

Wir freuen uns auf Anregungen und Wünsche von euch. Themen die euch bewegen und interessieren.

Karin Orschkes

Gaby Schuffenhauer Hempel